

こんげつ もくひょう  
~今月の目標~

バランスのよい  
しょくじ  
食事をしよう



こんげつ きゅうしよく はい  
今月の給食に入っている地場産物

<p>くまっしさん 草津市産</p> <p>こめ 米 みそ あおばなこ 青花粉</p>	<p>しがけんさん 滋賀県産</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳 おむぎ 大麦 こめこ 米粉 こあゆ こまつな 小松菜 あお 青ねぎ</p>
-------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ようび  
曜日

ひつげ  
日付

こんだて  
献立

きょう こんだて  
今日の献立  
ひとくち  
一口メモ

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
	<p>8/29 プリン (卵・乳未使用)</p> <p>はくさいと とりはくと もやしのお さつまいもの こまあえ あますあん</p> <p>ごはん とうふと あぶらあげの みそしる</p> <p>【中学校給食開始】</p>	<p>30</p> <p>なし ぶたにくの マスタードやき</p> <p>むぎいりごはん チキンカレー</p> <p>【小学校給食開始】 【食物せんい献立】</p>	<p>31</p> <p>ほうれんそうと ちくわの あかこんにやくの いそべあげ おひたし</p> <p>ごはん こうやどうふの にもの</p>	<p>9/1</p> <p>きりほし さいほの だいこんの さほのしおやき にもの</p> <p>ごはん とんじる</p> <p>てまきり (中学のみ)</p> <p>【防災の日献立】災害時の食 事を考えよう。</p>
<p>4</p> <p>きゃべつと やきとり こまつなの おかかあえ</p> <p>ごはん じゃがいもの みそしる</p>	<p>5</p> <p>ぶたにくと あつあげの ごぼうの しぐれに にくみそかけ</p> <p>ごはん かきたまじる</p>	<p>6</p> <p>ひじきの ハンバーグ いために てりやき ソースがけ</p> <p>ごはん きのこの すましじる</p>	<p>7</p> <p>もやしのお たらの こますあえ わかくさあげ</p> <p>ごはん じゃがいもの うまに</p>	<p>8</p> <p>ほうれんそうと ぶたにくの はくさいの アーモンド あえもの からめ</p> <p>くりごはん あきなすの みそしる</p>
<p>ぱっかり食べにならないように、 きをつけてみましょう。</p>	<p>あつ 厚あげは、とうふを油であげた ものです。</p>	<p>あじ ひとりを味わって食べよう。</p>	<p>げんえんこんだて た もの 【減塩献立】食べ物や、だしの あじ 味を味わおう。</p>	<p>ちやうよう せつこんだて がつこのか 【重陽の節句献立】9月9日 ちやうよう せつく は、重陽の節句です。</p>
<p>11</p> <p>かぼちゃの からあげ そぼろどんのく かけてね</p> <p>むぎいりごはん たまねぎの すましじる</p>	<p>12</p> <p>きゅうりと きびなこの わかめの わかめ カレーあげ すのもの</p> <p>ごはん がんもどきと だいこんの にもの</p>	<p>13</p> <p>チンゲンサイと ぶたにくの ツナのアえもの てっぱんやき</p> <p>ごはん けんちんじる</p>	<p>14</p> <p>あじつかけゅうり さわらの みそだれかけ</p> <p>ごはん ちくせんじ</p>	<p>15</p> <p>だいこんと とりはくの みずなの しおからあげ ゆかりあえ</p> <p>ごはん とうがんと あつあげのにもの</p>
<p>かぼちゃは、夏の野菜です。</p>	<p>はるさめ つく 春雨は、いもから作られていま す。</p>	<p>ひとり えいせい き 一人ひとりが衛生に気をつけて 食べよう。</p>	<p>す きらい 好き嫌いせずに食べましょう。</p>	<p>あつ ひ とうがんは、暑い日にぴったり の野菜です。</p>
<p>18 敬老の日</p>	<p>19</p> <p>あかこんにやくの こあゆの そぼろに かりんあげ</p> <p>ごはん かしわの じゆんじゆん</p> <p>【食育の日・地場産物・ きょうしゅうりこんだて 郷土料理献立】</p>	<p>20</p> <p>きんぴらごぼう さつまいもの てんぷら</p> <p>ごはん とうがんの みそしる</p> <p>わしよく そざい あじ こと 和食は素材の味をいかす事を たいせつ 大切にしています。</p>	<p>21</p> <p>はくさいの かわれの こんぶあえ からあげ</p> <p>ごはん のっぺいじる</p> <p>からだ た もの た 体をつくる食べ物を食べよう。</p>	<p>22</p> <p>みずなとツナの ウィナー サラダ クチャップ ソースかけ</p> <p>はさんでね ドッグロール カーン ポタージュ</p>
<p>さけは、実は自身魚の仲間 です。</p>	<p>あおばなこんだて 【青花献立】 あおばな くまっし はな 青花は草津市の花です。</p>	<p>27</p> <p>ごぼうサラダ とりはくの ガーリックやき</p> <p>むぎいりごはん ハッシュド ポーク</p> <p>ごぼうは、おなかの調子を整え ます。</p>	<p>28</p> <p>れんこんの ぶたにくの いために からあげ</p> <p>ごはん さわにわん</p> <p>【かみかみ献立】 よくかんで食べよう。</p>	<p>29</p> <p>ちやしと あじの はくさいの ごまだれかけ あえもの</p> <p>ごはん さといもの そぼろに</p> <p>つきみこんだて 【お月見献立】 つきみこんだて あじ お月見献立を味わおう。</p>